



CALLE ALEJANDRO CADARSO N° 30

16230 Vvª DE LA JARA

CUENCA

TFN 967 588478

Email [oficinavirpecham@hotmail.com](mailto:oficinavirpecham@hotmail.com)

## CHAMPIÑÓN BLANCO

### 1. Descripción del producto:

Los champiñones frescos de VIRPECHAMP son hongos que pertenecen al campo de los vegetales inferiores (no poseen tallos, raíces, ni hojas). El champiñón que se comercializa, es en si cuerpo fructífero de la especie "Agaricus Bisporus".

### 2. Composición:

AGUA	88,00%
PROTEINA	2,95%
GRASA	0,25%
CARBOHIDRATOS	6,80%
FIBRA	1,00%
MINERALES	1,00%



### 3. Características físicas:

El champiñón se caracteriza por tener forma semiesférica blanca de 3 a 4 cm de diámetro con un pie cilíndrico. Es de carne blanca con tonos rosados al corte, de sabor agradable y olor poco perceptible.

### 4. Características microbiológicas:

Libre de todo microorganismo que pueda constituir un peligro para la salud del consumidor, siempre que sea previo cocinado.

### 5. Condiciones de almacenamiento:

Es un producto altamente perecedero por lo que debe estar refrigerado en todo momento a 2°.



### 6. Vida útil:

A temperatura ambiente de 2 a 3 días; Refrigerado (2°) de 4 a 7 días.

## 7. Presentación

REFERENCIA	EMPAQUETADO DEL PRODUCTO
BANDEJA MAGIC PACK 300gr	BANDEJA MAGIC PACK 73 EP- CON FILM OMNI PW 450

## 8. Política de calidad

VIRPECHAMP con el fiel compromiso de satisfacer todas las necesidades de nuestros clientes, hace un énfasis rotundo en proporcionar champiñones frescos y envasados en la más alta calidad. Por medio de un programa completo de seguridad alimentaria y una administración adecuada de las instalaciones y nos aseguramos de que todos y cada uno de los procesos sean controlados en su totalidad obteniendo un producto idóneo, con lo que cumplimos los principios, normas y recomendaciones técnicas aplicables a la producción, procesamiento y transporte de alimentos, orientados al cuidado de la salud humana, proteger el medio ambiente y mejorar las condiciones de los colaboradores y sus familias.

## 9. Otra información:

La información contenida en esta ficha técnica se proporciona sin garantía de ningún tipo, expresa o implícita. La información contenida en este documento está disponible exclusivamente para su examen, investigación y verificación por parte de los destinatarios originales del mismo. Los usuarios deben considerar esta información sólo como complemento a otras informaciones recogidas por o disponible para ellos.



## PROPIEDADES DEL CHAMPIÑÓN

A medio camino entre el mundo animal y el vegetal, el champiñón contiene pocos hidratos de carbono, poca fibra, mínimas grasas y proteínas escasas (tan solo 2,7 g en una ración de 100 g).

Su verdadera riqueza reside en las vitaminas del grupo B (B2, B3, B1 y ácido fólico), que cubren el 45%, el 42%, el 15% y el 18% de las necesidades diarias recomendadas, aumentando las defensas del organismo.

Abunda en potasio (418 mg en 100 g), con lo cual mejora la retención de líquidos; tiene un buen aporte en fósforo (27%) que favorece la actividad intelectual, así como en hierro, cobre y selenio (18% cada uno).

Este último mineral ejerce una demostrada actividad anticáncer. El champiñón, además, es saciante y ayuda a adelgazar.

## **1. BENEFICIOS DEL CHAMPIÑÓN PARA LA SALUD**

### **PREVIENE EL CÁNCER**

La ventaja más interesante del consumo regular de champiñones es sin duda su poder anticancerígeno.

Las últimas investigaciones apuntan a que su acción sobre el cáncer es debida a su riqueza en dos principios activos fundamentales: el selenio y cierto inhibidor de la aromatasas.

Algunos estudios sugieren que el champiñón contiene una sustancia que desactiva la aromatasas, enzima implicada en la producción de estrógenos que puede tener efectos cancerígenos en mujeres postmenopáusicas.

En un congreso de la American Society of Clinical Oncology se presentaron estudios relevantes sobre el papel de dicha aromatasas como inhibidora del crecimiento de los cánceres de mama con metástasis.

Esta inhibición consigue una mayor destrucción estrogénica incluso que la que se obtiene al extirpar los ovarios.

Es conocido el papel del selenio como valioso antioxidante y destructor de los radicales libres que atacan a las células y pueden acabar desencadenando procesos cancerosos.

Del mismo modo, actúa junto con la vitamina E para eliminar del cuerpo sustancias tóxicas y metales pesados acumulados en el organismo, como el cadmio o el plomo.

## **2. PRÓSTATA SANA**

Por esta riqueza en selenio, expertos nutricionistas norteamericanos señalan al champiñón como alimento adecuado para la salud prostática, así como para combatir el envejecimiento prematuro, la arteriosclerosis, la artritis reumatoide, la osteoporosis, la infertilidad o el acné.

## **3. POTENCIA EL SISTEMA INMUNITARIO**

Por otra parte, el champiñón actúa, gracias a sus betaglucanos (uno de los compuestos que forman su fibra, junto con la quitina) como potenciador del sistema inmunitario.

De hecho, guarda grandes similitudes con las setas chinas consideradas curativas, como el shiitake, empleado desde la antigüedad por su capacidad de regeneración celular.

Actualmente se ha hallado que este tipo de hongos aumentan la producción de interferón, que se utiliza para la remisión de enfermedades como el sida por sus valiosas propiedades antivíricas.

Asimismo, la fibra alimentaria de los champiñones resulta beneficiosa para la prevención de las dolencias intestinales, incluido el cáncer de colon, y tiene un efecto saciante muy apropiado para regímenes de adelgazamiento.